

## A2.43.1 El teletrabajo

### O teletrabalho



El **teletrabajo** puede ser cómodo porque no hay que ir a **la oficina** y es más fácil organizar la casa. Pero si una persona trabaja fuera del horario normal, el límite entre trabajo y ocio no está claro. Así, las **horas de trabajo** pueden aumentar y la conciliación se vuelve difícil. Con buena organización, la **flexibilidad** puede ayudar. Lo mejor es un equilibrio entre casa y oficina.

*O teletrabalho pode ser confortável porque não é preciso ir ao **escritório** e é mais fácil organizar a casa. Mas, se uma pessoa trabalha fora do horário normal, o limite entre trabalho e lazer não fica claro. Assim, as **horas de trabalho** podem aumentar e a conciliação fica difícil. Com boa organização, a **flexibilidade** pode ajudar. O melhor é um equilíbrio entre casa e escritório.*

1. ¿Qué ventaja tiene trabajar desde casa?
  - a. Permite cuidar a los niños y hacer tareas en las b. Hay que desplazarse todos los días. pausas.
  - c. Es obligatorio trabajar de noche.
  - d. No se puede cocinar nunca.
2. ¿Qué problema aparece cuando se teletrabaja demasiado?
  - a. Hay más reuniones presenciales cada día.
  - b. El límite entre el trabajo y el ocio se vuelve poco claro.
  - c. La oficina está más cerca de casa.
  - d. La productividad siempre sube sin parar.

### 1-a 2-b

## 2. Leia o diálogo e responda às perguntas.

### Carlos y Marta hablan del teletrabajo: ventajas y desventajas

*Carlos e Marta falam sobre o teletrabalho: vantagens e desvantagens*

- Carlos:** ¿Sigues trabajando desde casa o ya has vuelto a la oficina algunos días? *(Você continua trabalhando de casa ou já voltou ao escritório alguns dias?)*
- Marta:** Ahora lo combino. Trabajo tres días desde casa y dos en la oficina; así tengo un poco de equilibrio. *(Agora eu combino. Trabalho três dias de casa e dois no escritório; assim tenho um pouco de equilíbrio.)*
- Carlos:** Tiene sentido. El teletrabajo es cómodo, sobre todo porque no tienes que desplazarte cada día. *(Faz sentido. O teletrabalho é confortável, sobretudo porque você não precisa se deslocar todos os dias.)*
- Marta:** Sí, se nota mucho. Ahorro tiempo y puedo organizarme mejor. *(Sim, dá para perceber muito. Economizo tempo e posso me organizar melhor.)*
- Carlos:** Aunque, si somos sinceros, separar el trabajo de la vida personal no siempre es fácil. *(Embora, se formos sinceros, separar o trabalho da vida pessoal nem sempre é fácil.)*
- Marta:** Totalmente. A veces sigo contestando correos cuando los niños ya están dormidos. *(Totalmente. Às vezes ainda continuo respondendo e-mails quando as crianças já estão dormindo.)*

**Carlos:** A mí me pasa igual. Parece que tenemos más flexibilidad, pero al final trabajamos más horas.

*(Comigo acontece o mesmo. Parece que temos mais flexibilidade, mas no fim trabalhamos mais horas.)*

**Marta:** Exacto, y con el tiempo eso genera cansancio y estrés.

*(Exato, e com o tempo isso gera cansaço e estresse.)*

**Carlos:** Lo entiendo. He leído que mucha gente se concentra mejor desde casa, pero también se siente más agotada.

*(Eu entendo. Li que muita gente se concentra melhor de casa, mas também se sente mais esgotada.)*

**Marta:** Por eso intento respetar mis horarios y cerrar el portátil a una hora fija.

*(Por isso tento respeitar meus horários e fechar o notebook a uma hora fixa.)*

**Carlos:** Buena idea. Creo que el teletrabajo funciona mejor cuando se combina con días en la oficina.

*(Boa ideia. Acho que o teletrabalho funciona melhor quando é combinado com dias no escritório.)*

**Marta:** Sí, la oficina también aporta el contacto con los demás, y eso es muy importante.

*(Sim, o escritório também proporciona o contato com os outros, e isso é muito importante.)*

1. ¿Cómo organiza Marta su trabajo entre casa y oficina? *(Como Marta organiza seu trabalho entre casa e escritório?)*
  - a. Trabaja tres días desde casa y dos en la oficina.
  - b. Trabaja todos los días en remoto y nunca va a la oficina.
  - c. Trabaja dos días desde casa y tres en la oficina.
  - d. Trabaja en un espacio de coworking todos los días.
2. ¿Qué problema comentan Carlos y Marta sobre el teletrabajo? *(Que problema Carlos e Marta comentam sobre o teletrabalho?)*
  - a. Es difícil separar el trabajo de la vida personal y se trabaja más horas.
  - b. La conexión a internet en casa es siempre mala.
  - c. No tienen ordenador portátil y no pueden conectarse.
  - d. En la oficina no hay herramientas digitales ni plataforma.

**1-a 2-a**